

22|12|24

L'ÚLTIM TRAIL
DE L'ANY 2024



TRAMUVA

COR DE LA SERRA GROSSA

INSCRIPCIONS
LIMITADES
WWW.MYCHIP.ES

TRAIL
MUNYANNA
VALLADA



FIRETA DE META
NUTRICIÓ, MÚSICA I MOLT MÉS...

10K +620

SPRINT

LA BOSSA BÀSICA
NO INCLOU PRODUCTES
OPCIONALS **20€**

NOVA BOSSA
PROVEEDOR TÈCNIC ESPORTIU:

22K +1260

TRAIL

UTMB INDEX
20K M
LA BOSSA BÀSICA
NO INCLOU PRODUCTES
OPCIONALS **25€**



////////// WWW.CEALTDDELACREU.COM //////////



TRAMUVA
COR DE LA SERRA GROSSA
REGLAMENTO 2024

- 1. Presentación**
- 2. Inscripciones**
- 3. Precios**
- 4. Programa oficial**
- 5. Cronometraje**
- 6. Modificaciones y anulaciones de las inscripciones**
- 7. Categorías**
- 8. Trofeos y premios en metálico**
- 9. Avituallamientos**
- 10. Puntos de coincidencia entre las distintas modalidades**
- 11. Mapa y rutómetro**
- 12. Control de paso**
- 13. Límites horarios**
- 14. Seguridad**
- 15. Información general**
- 16. Abandonos**
- 17. Condiciones de los participantes**
- 18. Material obligatorio**
- 19. Material suplementario recomendado**
- 20. Descalificaciones**
- 21. Seguros**
- 22. Bolsa del corredor**
- 23. Reclamaciones Bolsa del corredor**
- 24. Aspectos legales**

1. Presentación

El Club Esportiu Alt de la Creu, con CIF G02639250, en colaboración con el Ayuntamiento de Vallada organiza el **XIII Trail de Muntanya de Vallada, TRAMUVA**, que se celebrará el próximo domingo 22 de Diciembre de 2024 en la localidad de Vallada con CP 46691 de la Comunidad Valenciana (España).

La prueba consta de dos modalidades distintas:

- **Sprint:** 10 km (620 mts+)
- **Trail:** 22 km (1260 mts+)

2. Inscripciones

- Las inscripciones se realizarán exclusivamente por Internet a través de la web de www.mychip.es
- En el mismo proceso de inscripción se debe indicar obligatoriamente la talla de la camiseta o prendas opcionales.
- El pago se realizará mediante TPV con tarjeta de crédito o débito.
- Para poder realizarse el evento será necesario un mínimo establecido de 150 personas inscritas siendo el mínimo en cada modalidad de 50 personas. En caso de que una modalidad no llegue al mínimo establecido, no se llevará a cabo dicha modalidad.
- Se podrán realizar inscripciones hasta el día 17/12/2024 (inclusive)
- **ATENCIÓN:** La fecha máxima para selección de talla de camiseta será hasta el 2/12/2024; por ello a partir de esa fecha se seleccionarán las tallas disponibles en stock.
- No se permitirá corredores menores de 18 años.

3. Precios

OPCIÓN BOLSA CORREDOR

- **Sprint : 20€**
- **Trail : 25€**

4. Programa oficial

Lunes, 23 de septiembre de 2024

- **12:00** Apertura de inscripciones en www.mychip.es

Domingo, 1 de Diciembre de 2024

- **00:00** Fin de la elección de talla

Martes, 17 de diciembre de 2024

- **00:00** Cierre de inscripciones en www.mychip.es

Sábado, 21 de Diciembre de 2024

- **18:00-22:00** Entrega de dorsales para todas las modalidades (Centro Juvenil Casa de la Cultura - Plaza La Pau).

Domingo , 22 de Diciembre de 2024

- **07:00** Entrega de dorsales para todas las modalidades (Centro Juvenil Casa de la Cultura - Plaza La Pau). Para cada modalidad se podrá recoger el dorsal hasta media hora antes del inicio de la prueba correspondiente.
- **08:30** Salida Trail
- **09:00** Salida Sprint Trail
- **12:00** Entrega de trofeos

5. Cronometraje

- El control de la prueba correrá a cargo de MyChip.
- Se contará con el servicio de cronometraje mediante chip desechable, facilitado al corredor por la Organización junto con el dorsal .

6. Modificaciones y anulaciones de las inscripciones

- Se permite la cesión o el traspaso de la inscripción a otro corredor hasta el día 5 de diciembre, haciéndose cargo el propio corredor de los gastos de gestión asociados a la empresa que gestiona la inscripción www.mychip.es
- En caso de anulación o cancelación de la prueba antes del 22/11/2024 por cualquier motivo de fuerza mayor (permisos administrativos, condiciones meteorológicas, sanitarias, o no alcanzar el mínimo de participantes o cualquier otra causa), se podrá reservar el dorsal para la siguiente edición o solicitar la devolución del 30 % del importe pagado.

- En el caso de que la suspensión de la prueba se diera después del 10/11/2024 por cualquier motivo de fuerza mayor citado en el punto anterior, la Organización reservará el dorsal (sin bolsa del corredor para la siguiente edición o fecha prevista, no habiendo opción a devolución del dinero de la inscripción. En esta situación podrán recoger la bolsa del corredor el día 22/12/2024.
- Condiciones de cancelación de la inscripción: desde el 23/09/24 hasta el 23/10/24 devolución del 75%, desde el 23/10/24 hasta 23/11/24 devolución 50%.
- Cualquier motivo externo a los anteriores mencionados, no habrá devolución ni modificación en la inscripción.

7. Categorías

Las categorías que se establecen para las dos carreras competitivas, Sprint Trail y Trail, tanto para mujer como para hombre son:

- **Promesa:** de 18 a 24 años.
- **Senior:** de 25 a 39 años.
- **Veterano:** de 40 a 49 años.
- **Master:** de 50 a 90 años.
- **Local:** nacidos o empadronados en el municipio de Vallada.

Se tendrá en cuenta la edad del participante en el día de la prueba a la hora de asignar las categorías.

- **Equipos**

La clasificación por equipos contabilizará los 5 primeros atletas del equipo (entre ellos debe figurar al menos dos féminas).

8. Trofeos y premios en metálico

Los trofeos absolutos se otorgarán para los 3 primeros clasificados de cada modalidad competitiva (Sprint Trail y Trail) tanto para mujer como para hombre. Además se otorgarán trofeos por categoría **no siendo acumulativos** entre sí.

Los premios a los récords de las pruebas serán en metálico

-Sprint 100€ masculino y femenino.

-Trail 200€ masculino y femenino.

Récord masculino Sprint: 53:25 (J.V.)

Récord femenino Sprint: 1:19:21 (T.G.)

Récord masculino Trail: 1:57:35 (A.M.)

Récord femenino Trail: 2:24:15 (T.G.)

Los premios para los mejores equipos serán en metálico

-Mejor Equipo Sprint 150€

-Mejor Equipo Trail 250€

9. Avituallamientos

Durante la prueba, la Organización dispondrá de varios puntos de apoyo al avituallamiento líquido (a base de agua y bebida isotónica) y alguno de alimento sólido. No obstante, se sugiere que cada participante disponga de bebida y alimento para garantizar su autosuficiencia. El contenido de cada avituallamiento de apoyo se comunicará unos días antes de la prueba.

Listado de Avituallamientos según modalidad y su ubicación

- **Sprint - Trail:** Km 5 y Meta
- **Trail:** Km 4'5, 8'8, 13'9, 17'7 y Meta

Reglas en los avituallamientos:

- Obligatorio vaso o recipiente para recargar líquidos. **No se proporcionará bebidas líquidas a los participantes que no lo lleven.**
- Está prohibido tener ayuda externa e ir acompañado de otras personas que no sean participantes inscritos en la prueba.
- Está prohibido dejar desperdicios fuera de los puntos señalados por la Organización de los avituallamientos de apoyo. El corredor que no los deposite en las zonas indicadas podrá ser descalificado.

10. Puntos de coincidencia entre las distintas modalidades

A pesar de las distintas regulaciones de tiempo de salida, y las medidas necesarias tomadas por parte de la Organización para evitar aglomeraciones, es posible que durante el transcurso de la carrera pueden coincidir los participantes de las diversas modalidades en los siguientes puntos:

		Correspondencia del Km según modalidad		
			Sprint	Trail
Ubicaciones con posible coincidencia en el	“Pista Font de Gotxa”	-	-	Km 4'5 Km 8'8
	“Font Espanya”	-	-	Km 13'9

avituallamiento	“Ermita”		Km 5	Km 17'7
	“Ajuntament” (Salida - Meta)		Km 9'9	Km 22'2

11. Mapa y rutómetro

En el perfil de WIKILOC del [Club Esportiu Alt de la Creu](#) , en su [web](#) y en las redes sociales se publicará toda la información relativa al recorrido de la misma prueba.



Enlaces a los track:

- Recorrido prueba [Sprint - Trail](#)
- Recorrido prueba [Trail](#)

Todo el recorrido transcurre por senderos y pistas claramente visibles y marcadas debidamente por la Organización. No obstante, la Organización aconseja que los corredores revisen, impriman la documentación, y/o realicen un seguimiento del mismo a través de su teléfono o reloj gps para llevarla durante la carrera y con ello facilitar el seguimiento del recorrido. Puesto que son muchos kilómetros y la Organización no puede prever acciones de boicot de las marcas de seguimiento de algún desaprensivo.

La Organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido, incluso cambiar el recorrido por razones de seguridad o llegado el caso anular o cancelar la prueba, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan o por otras causas de fuerza mayor ya especificadas.

12. Control de paso

- Todos los participantes deberán pasar obligatoriamente por el control de paso que estará claramente visible.
- Hay que seguir en todo momento las indicaciones del personal de la Organización y de seguridad en este punto del recorrido.
- El control de paso estará ubicado en el avituallamiento de la Ermita para las dos modalidades en los siguientes puntos:
 - **KM 5 '4 Sprint Trail**
 - **KM 17 '7 del Trail.**

13. Límites horarios

Durante el recorrido habrá unos tiempos límite para pasar por los puntos kilométricos de control de paso. Estos tiempos están calculados para poder finalizar en el horario máximo de cierre establecido.

- **Trail:** KM 17'7 - Tiempo de Corte / "Ermita" 3 horas 18 min desde el inicio de la prueba.
- **Sprint Trail:** KM 5'4 - Tiempo de Corte / "Ermita" 2:30 horas desde el inicio de la prueba.

No se permitirá continuar a los que superen estos límites horarios. **Todos aquellos participantes que decidan continuar a partir de ese límite se les retirará el dorsal y bajo su responsabilidad podrán continuar realizando el trayecto, fuera de competición.**

En el caso de condiciones meteorológicas adversas y por razones de seguridad, la Organización se reserva el derecho de parar la prueba, modificar el recorrido o de variar los límites horarios para adaptarla a la nueva situación.

14. Seguridad

La Organización dispondrá de personal sanitario y ambulancias en la salida/meta de la carrera para intervenir en caso de necesidad o desplazarse al lugar del accidente. Además, existe un plan de rescate y evacuación en el caso de que sea necesario.

Protocolo de actuación en caso de accidente:

En el caso de encontrar un corredor accidentado o con problemas de salud, es obligatorio pararse inmediatamente a prestar ayuda y avisar vía teléfono a la Organización para dar parte de la situación. Si el problema es muy grave se debe avisar directamente al teléfono de emergencia 112. No hacerlo conlleva la descalificación inmediata de la prueba.

En un primer momento hay que hacer una valoración inicial de la situación y/o las lesiones. Si se diera el caso de sospechar que pueda haber algún hueso fracturado, no se puede mover al accidentado bajo ningún concepto y se debe buscar ayuda.

Si la situación lo exigiera el corredor debe buscar una zona con cobertura telefónica para el aviso o en su defecto buscar el punto de control de la Organización más cercano a la posición del accidentado.

15. Información general

Para los corredores de localidades lejanas, otras provincias y países la Organización indicará a través de las redes sociales diversas opciones de alojamiento para el día anterior a la prueba así como zonas habilitadas para furgonetas camperizadas o autocaravanas. Además en el pabellón de deportes de la localidad se habilitarán vestuarios, con baños y duchas para su uso una vez finalizada la prueba.

16. Abandonos

Los abandonos sólo se podrán efectuar en los puntos de control o avituallamientos. Todos los puntos de abandono dispondrán de vehículos para la evacuación.

Todo aquel corredor que decida abandonar deberá avisar obligatoriamente a la Organización, por las distintas vías bien informando al personal de alguno de los puntos de control (o avituallamientos) o bien poniéndose en contacto con el número de teléfono de la Organización que será comunicado a los participantes.

En caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida la aproximación a pie a uno de los puntos de control, se deberá tratar de avisar por todos los medios posibles contactando con el teléfono de la Organización, para activar la evacuación por el personal de la Organización o en caso de mayor gravedad del accidente activar el operativo de rescate para la asistencia en condiciones de seguridad. Se debe tener en cuenta que durante el recorrido existen diversos puntos con poca o nula cobertura telefónica. La Organización dispondrá en diversos puntos de vehículos para el retorno a meta desde los puntos de control donde se realicen los abandonos.

En el caso que se dé la situación de abandono hay que comunicarlo lo antes posible al personal de la Organización, de no ser así la Organización prohibirá su participación en ediciones posteriores. Estos abandonos y su correspondiente retorno se realizarán en un determinado tiempo en función de la disponibilidad de los vehículos en los puntos de control.

17. Condiciones de los participantes

- La edad mínima para participar es de 18 años cumplidos antes de la prueba (o el mismo día de la prueba). Se deberá mostrar el DNI en el momento de la recogida del dorsal.
- El dorsal ha de estar visible en todo momento durante la participación de la prueba.
- Todos los participantes deben estar físicamente bien preparados para esta prueba de resistencia, y por ello deben tener buena salud sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse con su participación en esta prueba. Si durante

la prueba, padeciera algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente su salud, lo deben poner en conocimiento de la Organización lo antes posible.

- Para tomar la salida cada corredor deberá tener material adecuado para soportar las condiciones propias y meteorología del día de la prueba así como el material obligatorio.
- No se podrá participar en ninguna modalidad con animales y/o mascotas.

18. Material recomendado.

Cada participante deberá disponer, para garantizar su propia seguridad, del siguiente material recomendable:

- Vaso o recipiente para líquidos.
- Comida o alimento sólido de unas 600 kcal.
- Sistema de hidratación (min. 500 ml).
- Mochila, chaleco de trail o cinturón running o equivalente.
- Teléfono móvil con batería y el teléfono de la Organización guardado en la lista de contactos.
- Manta térmica.

Para garantizar la seguridad de todos los corredores se realizará control del material en la recogida de dorsales y de forma aleatoria en los avituallamientos o controles de paso.

19. Material suplementario recomendado

- Chaqueta cortavientos o chubasquero de 10000 mm.(*).
- Pantalón o mallas por debajo de la rodilla y/o largas.(*).
- Gorra o buff.(*).
- Guantes.(*).
- 2 bidones de 500 ml., preferiblemente de boca grande, para rellenar fácilmente en los avituallamientos.
- 2 bastones telescópicos, en caso de llevarlos será obligatorio hacerlo desde la salida hasta la meta.
- Camiseta térmica y calcetines de recambio.
- Reloj GPS preferiblemente con altímetro y el track de la modalidad.
- Mini botiquín: venda elástica vendaje/taping (80 x 3cm), antiséptico...

(*). Este material recomendado puede ser considerado obligatorio en caso de que las condiciones meteorológicas así lo requieran. En el caso de que esta situación excepcional se diera se comunicará los días previos a la carrera.

20. Descalificaciones

- No auxiliar y prestar ayuda a un corredor que lo necesite.
- No pasar por los controles de paso obligatorios.
- Incorrecciones con relación al dorsal.
- Dejar basuras o desperdicios fuera de los puntos establecidos.
- Infracciones contra el medio ambiente.
- Desobedecer las directrices de seguridad indicadas por la Organización.
- Usar cualquier tipo de transporte.
- No respetar el track marcado.

21. Seguros

Atendiendo al Real Decreto 849/1993, de 4 de Junio, y al artículo 14 del anexo II de Real Decreto 1428/2003, la Organización tendrá contratados un seguro de Responsabilidad Civil y otro de Accidentes, que cubra los accidentes que se produzcan como consecuencia directa del desarrollo de las pruebas, a todas aquellas personas que estén debida y oficialmente inscritas, así como los daños a terceros. Así mismo, las pruebas contarán con servicio médico asistencial y de ambulancia para atender los posibles incidentes derivados de la competición.

22. Bolsa del corredor

¡IMPORTANTE! Para evitar problemas con los tallajes en la recepción de las diferentes prendas, recomendamos leer previamente la [guía de tallas](#) de la marca firehawk y asegurarse bien antes de realizar la elección de talla en la inscripción.

23. Reclamaciones Bolsa del corredor

La Organización de TRAMUVA no se hace responsable de errores en la selección de las tallas por parte del participante

24. Aspectos legales

Todo participante por el hecho de inscribirse acepta las condiciones establecidas en el presente reglamento. Cualquier circunstancia no prevista en este reglamento será resuelta por el Comité Organizador de TRAMUVA.

La aceptación del presente reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza a la Organización de la grabación total o parcial de su participación en la misma, presta su consentimiento para que pueda ser utilizada su imagen en la promoción y difusión de la prueba, y cede todos los derechos relativos a la explotación comercial y publicitaria que la

Organización considere oportuno ejecutar, sin derecho por su parte a recibir compensación económica alguna.

La Organización se reserva el derecho de modificar todo lo relativo a avituallamientos, recorrido, etc. cuando por algún motivo de causa mayor se estime necesario, así como se reserva el derecho de admisión.

Al inscribirse en esta prueba el participante acepta el presente reglamento y renuncia a todos los derechos contra la Organización derivados de los daños que se pudieran ocasionar durante la actividad deportiva.

La Organización no asumirá ninguna responsabilidad ni devolverá el importe de la inscripción si se diera una situación diferente a las descritas en el apartado 6. Así mismo la Organización no se hace responsable de las decisiones que a título personal tomen los participantes como consecuencia de la suspensión de la misma.

La Organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia del corredor así como de la pérdida o rotura de objetos personales de cada participante. Cada corredor será responsable de todo perjuicio o lesión que pueda causarse a sí mismo o a terceros, exonerando a la Organización de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión.